

**Renate Abel**  
*Im Hilgersfeld 30*  
*51427 Bergisch Gladbach*  
*Tel. 02204/961627*  
*Email [renateabel@netcologne.de](mailto:renateabel@netcologne.de)*  
*[www.renateabel.de](http://www.renateabel.de)*

**Biodynamische Psychotherapie**  
**Craniosacral-Therapie**  
**Heilpraktikerin (Psychotherapie)**  
**Pädagogin**

## **Der Start ins Leben**

### **Wie prägen Empfängnis, Schwangerschaft, Geburt und postnatale Zeit unser Leben?**

Unser Start ins Leben hat immense Bedeutung, für die Art und Weise, wie wir unser Leben leben! Erinnerungen an die Vereinigung von Ei- und Samenzelle ist als erste „Verschmelzungserfahrung“ in unseren Zellen gespeichert. Drei Wochen nach der Geburt sind die wichtigsten Synapsenverbindungen im Gehirn geknüpft. Die Grundstrukturen unseres späteren Bindungsverhaltens, unseres Denkens, Handelns und Fühlens werden von der Empfängnis bis zur postnatalen Phase geprägt.

Mein Konzept der therapeutischen Geburtsarbeit von der Empfängnis und Inkarnation der Seele bis zum postnatalen Bonding beinhaltet Ressourcenbildung und Traumaarbeit. Dieser neue Ansatz erweitert und vertieft den biodynamischen „birth-release-Prozess“ von Ebba Boyesen und bezieht die Geburtstraumatherapie nach Karlton und Kathryn Terry mit ein. Wesentlich ist, die eigenen Ressourcen zu finden und in der Gruppe durch körperorientierte Übungen weitere zu entwickeln. Bei Erwachsenen werden nonverbale tiefe Strukturen angesprochen und können ins Bewusstsein gelangen. Wir verstehen uns selbst besser, können leidvolle Erfahrungen sowie essentielle Lebenskraft mitfühlend würdigen. Die bisherigen Therapieverläufe bestätigen eine vertiefte Heilungsarbeit für die Klienten.

In Präsentation und Übungen gebe ich einen Einblick in diese Arbeit.

Lockere Kleidung, Decke, Kissen bitte mitbringen

**Powerpoint-Präsentation mit Übungen**

**Dauer: 90min oder 3 - 4 Stunden** (je nach Anzahl der angeleiteten Übungen)